



## 催し

### 歩く会 外輪山と芦ノ湖コース 【10km】【健脚コース】

**日時** 9月10日(月)9時20分  
(中止の場合は15日(土))  
**集合場所** 箱根湿生花園  
**コース** 耕牧舎跡～長尾峠～黒岳～湖尻峠～湖尻  
※帰路 会員バス配車  
**会費** 500円(保険料他)  
※初参加の方は別に500円が必要です。  
**照会先** 箱根町歩く会会長 村上東司 ☎85-6788  
※当日開催の有無は電話で確認してください。音声メッセージが流れます。  
電話がかけられる時間は、前日の17時から当日の9時までです。

### 普通救命講習

**日時** 普通救命講習Ⅰ  
9月20日(木)9時～12時  
**内容** 自動体外式除細動器(AED)を用いた心肺蘇生法および止血法など  
**場所** 消防本部体育訓練室  
**対象** 町内在住(中学生以上)・在勤の方  
**定員** 20人(申込順)  
**その他** 修了者には修了証を発行します。※他にもさまざまな応急手当普及講習の方法がありますので、問い合わせてください。  
**申込・照会先** 消防署警備課(救急係) ☎82-4511

## 案内

### 身体障がい者の 補装具相談会

**日時** 9月10日(月)13時～15時  
(受け付けは14時まで)  
**場所** 小田原市保健センター  
(小田原市酒匂2-32-16)  
**内容** 肢体不自由障がい者の補装具交付、修理相談  
※希望する方は9月7日(金)までに連絡してください。  
**照会先** 福祉課 ☎85-7790

### 心配ごと相談

**日時・場所**  
・9月10日(月) さくら館  
・9月11日(火) 仙石原文化センター  
・10月3日(水) 役場分庁舎  
いずれも13時30分～15時30分  
**内容** 生活、人権に関する相談、国や県への要望など  
**相談員** 民生委員児童委員、人権擁護委員、学校教育指導員、総務省行政相談委員  
※希望する方は事前に連絡してください。  
**照会先** 福祉課 ☎85-7790

### 子どもほっと相談

**日時・場所**  
・9月10日(月) さくら館  
・9月11日(火) 仙石原文化センター  
・10月3日(水) 役場分庁舎  
いずれも12時～15時  
**内容** 教育に関する相談  
**相談員** 教育相談センタースタッフ  
※希望する方はなるべく事前に連絡してください。  
**照会先** 教育相談センター ☎85-7776

### 福祉相談会

**日時・場所**  
・9月13日(木) 役場分庁舎4階第7会議室  
・9月27日(木) さくら相談室  
(当日の電話相談は ☎85-0800まで)  
いずれも10時～12時  
**対象** 身体・知的・精神障がい者および家族  
**内容** 社会福祉士など専門家による面接相談、電話相談  
**照会先** 福祉課 ☎85-7790

### 高次脳機能障害専門相談

**日時** 10月5日(金)14時～15時30分  
**場所** おだわら障がい者総合相談支援センタークローバー(小田原市久野115-2おだわら総合医療福祉会館1階)  
**対象** 高次脳機能障がいの方および家族、支援者  
**照会先** おだわら障がい者総合相談支援センタークローバー ☎0465-35-5258

### 小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査 9月19日(水)9時～11時  
○骨髄ドナー登録 10月2日(火)受付11時  
○精神保健福祉相談 9月13日(木)・18日(火)・27日(木) いずれも13時30分～16時30分  
○認知症相談 9月7日(金)・10月5日(金) いずれも13時30分～16時30分  
○療育歯科相談 9月20日(木)9時～15時30分  
※予約制です。相談を希望する方は、前日までに連絡してください。  
**照会先** 小田原保健福祉事務所保健予防課 ☎0465-32-8000(内線3236:療育歯科相談・内線3246:その他の相談・検査)

### 西湘地区 障害者就職面接会

**日時** 10月5日(金)13時～16時  
(開場12時30分)  
**会場** 秦野市総合体育館(秦野市平沢101-1) 駐車場有  
**内容** 仕事を探している障がい者の方と企業の面接会  
**持ち物** 障害者手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳)、手帳のコピー、履歴書(複数枚)  
**事前申込** 9月28日(金)まで  
**申込・照会先** ハローワーク小田原 専門援助部門 ☎0465-23-8609(代表)

### 司法書士による 「法の日」無料法律相談会

「法の日」にちなみ全国の司法書士会において毎年十月に開催されているものです。司法書士が皆様のご相談を無料でお受け致します。  
**日時** 10月6日(土)10時～15時  
**場所** 小田原箱根商工会議所大ホール(小田原市城内1-21)  
**内容** 相続/遺言/売買・贈与等の不動産登記手続/会社登記手続/裁判手続/多重債務問題/地代家賃等の供託手続/成年後見制度等に関する相談(1人30分程度)  
※予約不要(受付順:お待ち戴くこととございます)  
**照会先** 神奈川県司法書士会小田原支部 椎野 ☎0465-21-1222

### すくすくキッズコーナー

照会先 子育て支援課 ☎85-9595

#### ◆4か月児健康診査/10か月児健康診査

**日時** 9月14日(金)12時40分～13時受け付け  
**対象** 4か月児:平成30年5月生まれの乳児  
10か月児:平成29年10月生まれの乳児  
**持ち物** 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ(10か月児のみ)

#### ◆1歳6か月児健康診査/3歳6か月児健康診査

**日時** 9月14日(金)13時～13時20分受け付け  
**対象** 1歳6か月児:平成29年3月生まれの幼児  
3歳6か月児:平成27年3月生まれの幼児  
**持ち物** 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ

#### ◆2歳・2歳6か月・3歳児歯科健康診査

**日時** 9月7日(金)13時～13時30分受け付け  
**対象** 平成27年8月、平成28年2月・8月生まれの幼児  
**持ち物** 母子健康手帳、歯ブラシ、歯科保健カード

#### ◆育児教室(たんぼぼの会)

**日時** 9月11日(火)9時45分～11時45分  
**対象** 7か月～3歳までの乳幼児とその保護者  
※1週間前までに電話で申し込んでください。

#### ◆離乳食教室(さくらんぼ教室)

**日時** 9月20日(木)13時30分～15時  
**対象** 3～18か月頃の乳幼児とその保護者  
※1週間前までに電話で申し込んでください。  
○場所はいずれもさくら館です。

### やまなみ荘コーナー

照会先 福祉課 ☎85-7790

#### ●趣味の教室

**書道** 9月7日(金)・21日(金)10時～12時  
**絵手紙** 9月20日(木)・27日(木)10時～12時

**対象** 各教室とも町内在住の60歳以上の方  
※開催日が変更になる場合があります。

#### ●健康相談

**日時** 9月21日(金)13時～13時30分受け付け  
**内容** 健康管理、生活習慣病予防、食事指導、血圧測定など  
**対象** 町内在住の60歳以上の方

### 休日急患(医科)

当番医は変更になる場合がありますので、必ず消防署(☎82-4511)に確認してください。  
**診療時間** 9時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
9/2	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
9/9	郷医院箱根小涌園診療所	二ノ平	82-2672
9/16	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
9/23	土屋医院	湯本	85-5034
9/30	仙石原永井医院	仙石原	84-8295

※受診の際にはお薬手帳をご持参ください。

旬を知っておいしく食べよう♪  
栄養満点!旬レシピ

### さつまい

さつまいもは、9月～11月が旬で、種類や食感もさまざま、おかずからデザートと幅広く使える食材です。栄養価は、デンプンやビタミンB1・Cや食物繊維に富んでいます。皮に艶があり色が鮮やかで、見た目がふっくらとして重みがあるものを選びましょう。切り口に蜜が染み出ているものは、糖度が高いものです。

照会先 さくら館 ☎85-0800

#### ●材料(4人分)

鶏肉(もも) 120g  
厚揚げ 1/2枚  
さつまいも 小1本(150g程)  
だいこん 100g  
にんじん 1/4本  
ごぼう 1/5本  
長ねぎ 1/3本  
だし汁 600ml  
酒 大さじ1  
みそ 大さじ2強



#### ●作り方

- ① 鶏肉は2cm角に切る。
- ② 厚揚げは熱湯をかけて水気をとる。
- ③ ①の厚揚げ、さつまいも、だいこん、にんじんは、1.5cm角に切り、さつまいもは、水に10分程さらし、水気を切る。ごぼうは1cm幅のいちょう切りにする。
- ④ 長ねぎは、薄い小口切りにする。
- ⑤ 鍋に①の鶏肉、③の野菜等とだし汁を入れて強火にかけて、沸騰したらアクを取り除き、酒を加えて、蓋をし、中火で10～15分程煮る。
- ⑥ 野菜がやわらかくなったらみそを溶入れて、④の長ねぎを加えて火を止める。

#### 今月の‘旬’

さつまいも、さといも、はくさい、くり、なし、さば(鯖)など

🗑️🍴🍷🍷🍷 毎月19日は「食育の日」🍷🍷🍷🍷🍷

### 10月1日月納期限

- 固定資産税 (第3期)
- ☆国民健康保険料 (第4期)
- ☆介護保険料 (第4期)
- ☆後期高齢者医療保険料 (第3期)

固定資産税および国民健康保険料については、夜間・休日も、納付書裏面記載のコンビニエンスストアで支払いができます。(納期限が過ぎている納付書では納付できません)

納期限が過ぎている納付書で納める方は、至急役場本庁会計課・出張所または金融機関で納付してください。

照会先 ○税務課(収納係) ☎85-9573  
☆保険健康課 ☎85-9564

税金・保険料の納期